



「幸せな10日間」～私の育児休暇記録

大分県総務部長 佐藤 健



<はじめに>

この記録は、私が取得した10日間の育児関係休暇（出産補助休暇3日＋育児参加休暇5日＋土日）の間の出来事を日記風に綴ったものです。

基本的に、「あれをした、これをした」という事実について、10日分、時間を追って書いていますので、そういうものだと思って読んでいただければ幸いです（要するに、「啓発される話」がふんだんに盛り込まれているとか、そういう類の文章ではないです、という「おことわり」です（笑）。

また、「自宅出産」という他の家庭とは大きく異なる事情について延々と書いている部分がありますが、そこは興味に応じてお読みいただければと思います。

※ なお、本稿を書いている最中に、株式会社ワーク・ライフバランスからインタビューを受けました。

その記事が同社のHPに掲載されていますが、本稿の内容と一部重複しておりますことを予めご了承ください。

http://www.work-life-b.com/special_case7.html

●率先垂範？！

今回、土日を含めて10日間の育児休暇を取得したわけですが、私の場合、第2子（長男）が生まれたときにも同様の休暇を取っていましたので、一大決心をして取ったというより、当然取るものと考えていました。

県として、「子育て満足度日本一」「男性の子育て参画日本一」を目指していることもあってか、「総務部長として、職員に模範を示すという意味もあって取得した

ということですか」と聞かれることも多いのですが、そういうつもりで取ったわけではありません。

ただ、そう聞いてくる方をがっかりさせてもわるいので（笑）、「結果としてそういう効果があるとすれば喜ばしいことです」とお答えすることになっています。

ことほど左様に、男性の育児休暇は、まだまだ何か特別な理由がなければ取れないと考える向きが多いのが現状なのかもしれませんが、他方、今回の休暇取得に当たり、県庁内外の方々に「打診」をして回った際、否定的なことを言われることは皆無でした。

正面からダメと言にくい類の話であることを割り引いたとしても、世の中の認識というか、男性が育児のために休むことについての社会的認容度は高まってきているのではないかと思います。

●まさかこの日に

第3子の出産予定日は、4月18日（日）でしたので、3日間の出産補助休暇をその前（14日（水）から16日（金）まで）に取り、5日間の育児参加休暇を次の一週間の平日に充てるという計画で事前準備に入りました。

具体的にどんな「準備」をしたかといえば、その期間中に予定される会議等について、日程の変更が可能なものはその前後にずらし、不可能なものは、欠席か代理出席の了解を取り付けること、休暇期間後に予定される仕事についてできるだけ前倒しで準備を進めておくこと、等々です。

また、「上司」の了解も必要なので、知事・副知事らには、早くから、4月に子供が生まれること、自分は第2子のときにも育児関係休暇を取っており、今回もそのつもりでいることを、雑談の形で話をしていました。最終的には、3月末に正式に（？）了解を取り付けましたが、その際、説明したのは、

① 休暇中も、職場とはメール・携帯電話で連絡を取り、業務に支障は生じさせない

② 緊急の場合は、登庁する。特に、危機管理に関する事態には登庁して対応する

③ 期間中に開催される会議は、審議監が代理出席。緊急の決裁も、審議監が代決といったことです。同様のことは、総務部の所属長の皆さんにも説明しました。

上司や同僚に、「休んでも大丈夫なように準備をしているんだ」という「安心」を与えることも、休暇取得の環境整備として重要なポイントだと思います。

そんなことで、万全の準備をしていたつもりでしたが、唯一、「そうなったらどうしようかな」と思っていたのが、4月13日が出産日となった場合のことでした。その日は、年度が替わって初めての県議会常任委員会の会合があり、部を代表して総務部長が所管事項の説明を行うことになっていました。

もし出産と重なった場合、審議監に代理をお願いして休もうと考えてはいました

が、「大事な議事を休んで」と言われなにかしらと思っていたのも事実です。

そんなとき、県会議長との雑談の中でポロッと「重なったら困るなあと思ってるんですよね」と話をしたら、議長曰く、「そんなもの議論の余地はないじゃないか。常任委員会の説明なんか、代理でいいんだよ。子どもの誕生という人生の一大事と議会への出席を比べること自体おかしいよ」と。これには勇気付けられました。

結果として、その「まさかの日」に生まれることになったわけですが、その日迷わず「休む」と即決できた背景には、議長の一言があったのでした。

●自宅での出産

今回の第3子のお産について、他の家庭と大きく違うところは、「自宅出産」という点です。

実は、第2子のお産のときから「自宅出産」を選んでいたのですが、そのときは、私の大分県への異動の時期とお産が重なったため、急遽、臨月の妻を里帰りさせ、妻の実家で出産することとなったのでした（助産師さんが家に来てくれて出産するという意味では、「自宅出産」には違いありませんが）。

その第2子のときは、私自身は、お産には立ち会えませんでした。生まれたその日から赤ちゃんが家族と一緒にいられるっていいなあと思ったものでした。ですから、妻が第3子についても当然のように自宅出産を選択したことに、私も賛成しました（賛成も何も、お産は女性が主役、女性の意思が最大限尊重されるべきで、夫は反対する余地はないのかもしれませんが）。

妻によれば、病院でのお産の場合、赤ちゃんを取り上げるのはその日当番の助産師さんということになるので、誰に取り上げてもらうことになるかは、その日まで分からないけれど、自宅出産の場合は、自分のためだけに助産師さんが来てくれ、母体の状態に合わせてゆっくりと産ませてくれるのでとても安心、とのことでした。

「大変だったでしょう」と皆さんから言われましたが（私もそう思っていました）、実際は、入院の準備のためにバタバタする必要がなく、日常生活のなかにお産という1コマが挿入される感じで、むしろ楽なのではないかと思ったくらいでした。

それでは、そんな自宅出産の様子も含めて、私の育児関係休暇の10日間のことをつれづれなるままに書き連ねてみたいと思います。

よろしくお付き合いの程を。

<第1日 4月13日（木）>

●潮の満ち干に導かれ

その日、私は、6時前に起きて、ソファで小2の娘に「朝の読み聞かせ」^(註)

をするという「いつもの朝」を過ごしていましたが、6時半ごろ、妻から「おしるしがあった（少し出血があった）」と報告があり、そこから「長い一日」が始まりました。

（註）我が家では、夜寝る前のほかに、朝起きてすぐにも子どもと本を読む時間を設けています。夜だと飲み会するときなどは読めませんが、朝なら出張などでいないときを除いて毎日読んであげられますし、子どもを起こす手段としても、半分眠ったような状態でもひざの上に乗せて耳元で読んでいるうちに、最後は目を覚ましますので、「早く起きなさい」とうるさく言わずにすみませう。何より、私にとって、ひざに子どもを乗せて本を読んでいる時間は、本当に癒される時間です。毎朝、子どもに元気をもらって、一日を始めることができます。おススメですよ（少し早起きが必要ですが）。

妻が助産師の「サエコ先生」に連絡をすると、もう7時過ぎには家に来てくれました。

出産に使う器具を運び込むのを手伝っていると、でっかいボンベのようなものが。「これ、何ですか？」と尋ねると、「あ、それ酸素ボンベ。まあ使うことはないと思うけど、一応ね」という返事。「出産は病気ではない」とは言っても、やはり女性にとって生死をかけた行為なんだなあと思えました。

程なく診察開始。

子どもたちにおにぎり（前日、妻が作り置いてあったもの）と味噌汁だけの朝食を食べさせていると、「今日の夕方までには生まれそう。」とサエコ先生。さらに続けて「満潮の時間を調べてもらえる？」とのこと。

インターネットで調べてみると、その日の満潮は7:41と20:11、干潮は1:39と13:50という結果。それを聞いたサエコ先生、「今、満潮だから（産気が）強いんだね。干潮に向かっては生まれにくいからね。干潮過ぎたらまた強くなって、満潮までには生まれると思うよ。」

ということは、13:50から夕方までの間に生まれることになるわけか、ちょうど常任委員会の時間に重なるなあ、と思い、一日早いけど今日から休ませてもらう、と決めました。

ふと気が付くと、4歳になったばかりの長男は、いよいよ弟が生まれると分かかって興奮したのか、かぶと飾りと一緒に飾ってあった被布（上り鯉の図柄が描いてあるチョッキみたいなやつですね）を着て、「がんばれー」とか言っています。どうやら母親を応援しているつもりのようです（写真を撮っておけばよかった!）。「まだすぐには生まれにくいわよー」とサエコ先生は大笑い。そして、妻には「痛いときには座ればいいけど、それ以外は、まだ普通に家事していいよ」。サエコ先生と話していると、出産がさほど大事業ではないような気がしてきます。

●電話しまくり

8時過ぎ、妻と一緒ににおにぎりのみそ汁だけの朝食。

妻にはゆっくりしてもらいつつ、とりあえず出来る家事は自分がしようということで、洗濯を開始。妻は、娘の担任の先生に、学校を休ませる旨電話します。

私も、8時半前に、職場に電話。今日の常任委員会を休むこと、そのことは私から常任委員長らに電話すること、今日の委員会で話してほしいポイント等々を、私の「代理」を努めることになるW審議監に話しました。

その後、「いったい誰のところまで連絡を入れればいいかな」と考えて（事前にはあまり考えていませんでした）、知事・副知事と議長・副議長、常任委員長・副委員長に電話をすることにしました。

まずは、副知事に状況を報告し、次に議会関係者にそれぞれお電話した後、最後に知事に電話しましたが、いずれの方も、常任委員会の欠席について快く了解してくださいました。

何度も何度も同じような電話をかけるのを聞いていたサエコ先生、「いろんなところに話をしなくちゃいけなくて大変ねえ」。

●だんだん賑やかに

そうこうしている間に、ヘルプの助産師さんが到着。1歳2ヶ月になる息子さんも一緒です。



さらに、前々から今日の出産の様子をカメラに収めたい^(註)と言ってくれていた保育園のママ友達Tさんが、これまた小1の娘さんを連れて到着。Tさんは、助産師さんでもあるので、心強い限りです。

だんだん賑やかになってきました。

(註) 本稿の写真のうち、出産当日の写真の多くは、Tさんのカメラによるものです。

私は、お産そのものの関係で手伝うことはなさそうだったので、せっせと洗濯。妻も交えた女性4人は、おしゃべりしながら少しずつお産の準備をしているようです。

ふすまの向こうからは、「ご主人よく働くわねえ」という声。褒め殺しかよ、と思いつつ聞き流していると、「男の人って、『やってよ』って言ってもやらないからねー。最近、とにかく『ありがとう』って言うことにしたの。これはなかなかいいみたい。」「なるほどねー。」

女性同士の会話、盗み聞き(?)するのは悪い気がして、そそくさと外に洗濯物を干しに行きました。

●ついに来た「お湯を沸かして」

お昼の時間になりました。

出産に備えて、妻に昼食を摂らせる必要がありますし、サエコ先生たちにもお昼を出さなくては、ということで、遅ればせながら昼食の準備を始めます。

赤ちゃんのため、というか、いいお乳のためには、玄米とお味噌汁が基本ということで、圧力釜で玄米を炊くことにしました。

以前にも炊いたことはありましたが、改めて妻から水加減や加熱時間を教えてもらってやってみますと、結構いい感じに炊きあがりました。

それを、どんどんおにぎりにしていきます。



男の手で握るおにぎりですから、一個一個が大きく、三角なんていう気の利いた形にもできませんが、妻が作り置いてあったおかずと合わせて、とに

かく昼食の準備が出来ました。

子ども達は、すでにTさんが差し入れしてくれたパンをかじっていたので、私の用意した昼食はあまり食べませんでした。妻は、食事をしていよいよ出産に備えます。

もうすぐ13時半になろうかという頃、妻を診ていたサエコ先生が「子宮孔がもう5センチくらいに開いて柔らかくなってるから、もう1時間か2時間で生まれるよ」と告げ、私に「鍋にお湯を沸かして」と指示。ついに来たか、という感じでサエコ先生が持ち込んでいた大きな鍋でお湯を沸かし始めましたが、お湯を沸かすのが器具の煮沸消毒のためだとは初めて知りました。

●いよいよ出産へ

私が大きな鍋で器具の煮沸消毒をしている頃、妻は、出産前に入浴。助産師さんたちも、おにぎりをかじって腹ごしらえです。

煮沸消毒も終わった14時頃、いよいよ妻が床について、出産のスタート。子ども達も興味津々で、妻の枕元に集まります。



14時半頃、「(おなかの中の) 赤ちゃん起きたみたい。元気だねえ。」とサエコ

先生。ヘルプの助産師さんとTさんは、妻が少しでも楽になるように、痛いところを暖めたり、マッサージしたり。「パパにもやってもらったら」ということで、私も妻の腰のところを暖めることに。

長男は、「関わってほしい」ということなのか、自分もかまってほしいということなのか、私にまわりついてきて、これが結構重たい！そのうち、何故か私になつたヘルプの助産師さんの息子さんも私の膝にもぐりこんでいます。



15時を過ぎると、だんだん陣痛もきつくなってきた様子。いよいよ生まれるのも近いということで、妻が一番楽な姿勢を探して、いろいろと試してみます。

私が後ろから抱きかかえるような姿勢を取って見ましたが今一つしっくりこず、最終的には、私が膝枕をするような格好に落ち着きました。



●誕生！

いよいよ「そのとき」が近づいてきました。

私の腰の辺りで「うーん」と唸っている妻の声も、「動物のような声」になって、一層大きくなってきます。「頑張れ」と声をかけるのもかえって軽く響くような気がして、ひたすら妻の背中をさする私。



長女とTさんの娘さんは、ことの重大さが分かるのか、神妙な顔をして正座して見えています。長男は、何をしたいのか分からないという風で、ちょろちょろ動き回っています。

15時半過ぎ、ついに「そのとき」が来ました。

「そのままいきんでいいよー」とサエコ先生が妻に声をかけます。

事前には、「肩まで出てきたら、最後の取り上げるところは（私に）やらせてあげようか」という話もありましたが、膝枕をしている私が位置を変われるような状況ではありません。

私は、「反対側」から見るような格好になったため、赤ちゃんがどんな風に出てきているのかは分かりませんでした。途中で一息つくこともなく、一気にスルッと出てきたようでした。

15時41分、無事に誕生。

胸の上に赤ちゃんを乗せてもらった妻は、「のぞむくーん、会いたかったよー。ありがとう。」と既に決めていた子どもの名前を呼んで、抱きしめました。私も、自然と涙がこぼれました。



私にとっては、3人目にして初めての立ち会い。

産んだばかりの我が子を抱く妻の姿を目の当たりにして、改めて、女性（母性）は偉大だなあと思いました。

次男誕生後の長女の言葉を、Tさんが書き留めてくれていました。

「頭出てきて少し止まったのは、肩が当たってたのかなあ？後でぽにょんと出てきた。」

「赤ちゃん、頭がびょ～んと伸びちょん！」^(註)

「あ～、かわいいなあ。でも、こういうことも大きくなるとどんどん忘れていくんでなあ。」

父親としては、この幸せな記憶は、長女の心の深層に、いつまでも残ると信じています。

(註) 赤ちゃんというのは、産道を通り抜けるために、頭蓋骨をずらして細長い頭になって出てくるんだそうです。ですから、生まれた直後の赤ちゃんの頭は、長女の言うように「びょ～んと伸びちょん」のです。潮の満ち干に導かれて生まれてくることといい、自然の摂理には本当に驚かされます。

赤ちゃんを取り上げるという「究極の立ち会い」は叶いませんでしたが、代わりにとすることで、へその緒は私が切ることになりました。

へその緒といえば、茶色のひからびたものしか思い浮かばなかったわけですが、ナマ(?)のへその緒は、真っ白のきれいなものでした。

サエコ先生に切るところを教えてもらって、はさみでチョキン。

その後、改めて妻の胸の上に赤ちゃんを戻して、しばらくは「カンガルーケア」の時間です。

母と子の幸せな時間ではありますが、これで出産が終わりというわけではなくて、母体には、まだ胎盤を「産む」という作業が残っていました。これを「後産（あとざん）」というそうですが、これにも陣痛があつて、結構痛そうでした。

後産が終わって、これで「出産」の一連の行為は終わりです。

初めておっぱいを口に含ませてもらった弟の様子をのぞき込む長女と長男。早く触ってみたいくて仕方ないようです。



ここでようやく、私も赤ちゃんを抱かせてもらうことに。



4年前の長男の時から、しばらく忘れていた感覚。赤ちゃんって、こんなに小さくて軽かったかなあ。

子ども達も、「お父さん、いいなあ」という感じで寄ってきます。

準備が出来たところで、体重の計測。

3, 118グラム。兄弟3人の中では、一番重たい赤ちゃんです。



体重も分かったところで、双方の親に報告の電話。当然ながら、とても喜んでくれました。

少し経ってから、職場にも電話。知事・副知事にも伝えてくださいとお願いしました。

●「贅沢なお産」

体重測定も終わり、体をきれいに拭いてもらって、産着を着せてもらった赤ちゃんは、また母親に抱いてもらって、穏やかにしています。

サエコ先生は、胎盤を処理したり、妻の血圧を測ったり、お産の後処理をしています。

子ども達は、誕生直後の興奮が落ち着くと、何事もなかったかのように遊び始め、私も、母親と赤ちゃんの時間を邪魔しないように、家事に取りかかりました。

まさに、日常生活の流れの中に赤ちゃんがやってきた、という自宅出産ならではの光景です。



夕方6時を過ぎ、子ども達がまた赤ちゃんの枕元に集まってきました。代わる代わる赤ちゃんに自分の指を握らせようとしたり、頭をなでようとしたり。見ている大人達は、赤ちゃんがつぶされやしないかとハラハラです。



家事が一段落したところで、私もゆっくり赤ちゃんを抱っこさせてもらうことにしました。

長女も長男も、赤ちゃんを抱っこしたくて仕方がない様子です。

ちょっと心配でしたが、長女には、ソファに座った状態で抱っこさせてあげることにしました。

構えて待っている長女の両手に、そうっと赤ちゃんを渡します。

初めて弟を抱っこした長女の嬉しそうな顔！



夜8時を過ぎ、Tさん親子もさすがに帰ることになりました。

サエコ先生も一緒に記念写真をパチリ。みんないい顔をしています。



Tさん親子が帰ると、長男は力尽きた(?)のか、妻の布団の端っこでいつの間にか眠っています。

長女も眠たそうにしていますが、お風呂に入れてから、寝かせました。

午後9時過ぎ、サエコ先生も、「また明日来るね」と言って帰って行きました。

サエコ先生に御礼を言って送り出した後、ゆっくりとお風呂に入り、一人で祝杯。

サエコ先生を始め今日のお産に関わってくれたすべての人に感謝です。

我が子のためだけに助産師さんが来てくれて、陣痛促進剤も使わず「潮の満ち干」に従ってゆっくりと産ませてもらって、家族・友人に囲まれて、おまけに記録写真まで撮ってもらって、そして何より、母子共に元気で・・・なんと「贅沢なお産」だったことでしょうか！

<第2日 4月14日(水)>

●新聞に！

朝5:30に起床。いつものように、新聞を取って、トイレで読んでいると、社会面の真ん中に「育児関係休暇 県部長級で初」という大きな見出し。

「なんじゃこりゃあ！」思わず「マカロニ」になる私(古いですね)。

確かに、知り合いの記者に休暇を取ることは話していましたが、こんなに大きく取り上げられるとはビックリです(後で記事を見た妻は、「そもそも県の部長で子どもが生まれるって人がほとんどいないんでしょうけど。」と至って冷静な反応でしたが)。

雰囲気は変わりつつあるとはいえ、まだまだ男性の育児休暇は「ニュース」なんですねえ。

●「専業主夫」生活スタート

6時になったところで、いつものように長女を起こして、朝の読み聞かせ。昨日の続きの「不思議の国のアリス」です。

その後、昨日の残りものを温めて、長女に朝食を食べさせ、7時過ぎに小学校に送り出します。

妻も目を覚まし、赤ちゃんを眺めて幸せそうです。長男も、目が覚めて赤ちゃんがいることが嬉しい様子。



私の方は、2人の朝食を準備しながら、洗濯スタート。本格的な「専業主夫」生活の始まりです。

8時半、妻と長男と一緒に朝食。長男が「今日は、赤ちゃんと一緒にいたい」というので、保育園を休ませることに。保育園に電話して、無事に生まれたことも報告します。

朝食が終わった後は、洗濯物干しと食器洗いを並行して進めます。

合間を見て、メールチェック。職場からのメールに、簡単に返信。

10時過ぎからは、掃除機をかけて、サエコ先生の検診に備えます。

ふと気が付くと、長男の姿が見えません。最初は、その辺にいるんだろうとさほど心配していませんでしたが、なかなか見つからず、ちょっと心配し始めた頃、お向かいの家に上がり込んで遊んでいることが分かり（赤ちゃんと一緒にいたいと言って保育園休んだくせに・・・）、ひとまず安心。

ちょうどその頃、サエコ先生が検診にやってきました。

次男の体重を量ると、2894グラム。「うんちを出した分、100グラムぐらいは減るのよ」とのこと。

12時過ぎには、初めての「お風呂」。少し泣きましたが、気持ちよさそうにしています。



お昼の時間を過ぎて、長男は帰ってきません。さすがにお向かいの家にもわるいので迎えに行きますと、今度は家に入るなり「おなかすいた〜」。

午前中、洗濯・掃除に追われて、昼食の準備は、まだ。

「これからご飯炊くんやけん、がまんしよ。」

不手際を心の中でわびつつ、長男に言い聞かせて、昼食の準備にかかります。

気をそらすため、長男にも料理を手伝わせることにしました（長男は、料理のお手伝いが大好きなので）。

昨日農家から届いた大根の葉をちくわと一緒に炒めて「ふりかけ」を作ることに。長男には、ちくわを包丁で切らせます。切り終わると、満足したのか、赤ちゃんのところへ行ってくれました。

味噌汁も作って、14時前に、やっと遅い昼食です。サエコ先生にも食べてもらいましたが、味噌汁もだいこん葉のふりかけも、好評で一安心。



昼食が終わって後片付けをしていると、長男が、またお向かいの家に遊びに行きたいと言うので、保育園に行っているときと同じようにお昼寝するよう言い聞かせて、15時過ぎにようやく昼寝をさせることに成功。サエコ先生も帰ったので、職場からのメールがないか、チェックします。

そうこうしていると、長女が帰宅。おやつを食べさせていると、長男も昼寝から起きてきて、一緒におやつです。

2人におやつを食べさせながら、昼間たまった赤ちゃんのおむつなどを洗濯。洗濯機を回しながら、外に干してあった洗濯物を取り入れていると、長男が「絵本読んで〜」とまとわりついてきます。

下の子が生まれたら、上の子のことが疎かにならないように、と言われていたことを思い出し、「後にして」と言いたいところをぐっと我慢して、ちょっとだけねと言って、「エルマーのぼうけん」を読みます。読みながら、頭の中で作戦を考え、昼と同様、料理の手伝いをさせることにしました。

夕食のおかずは、ニンジンとブロッコリーの蒸し煮にすることにして、2人で一緒に切ることにしました。この作戦はうまくいき、絵本をそれ以上ねだられることもなく、夕食の準備に移れることになり、18時過ぎにはできあがりでした。



夕食が終わると、お楽しみの赤ちゃんとの時間。

昨日は、抱っこさせてもらわなかった長男も、弟を膝の上に乗せてもらってご満悦です。



19時過ぎ、双方の両親に電話をかけ、「望（のぞむ）」という名前を付けたことを報告。「いい名前だねえ」と言ってもらいました（そうとしか言いようがないんでしょうが）。

その後、20時過ぎまで長女の宿題をみてやり、20時半には子ども達を入浴させて、21時に就寝させました。いつもより少しだけ遅くなりましたが、このくらいは勘弁してもらいましょう。

ゆっくりお風呂に入って、22時半頃から、テレビを見ながらビールを一杯。何とも旨い！

そのまま寝てしまいたいところですが、ぐっと我慢して、取り込んでおいた洗濯物をたたみ、ようやく「専業主夫生活」の一日目終了です（夕食の後片付けは、明日の朝にすることにしました）。

23時半に就寝。おやすみなさい。

<第3日 4月15日（木）>

●「専業主夫」2日目は・・・?!

5：45に起床、長女を起し、まずは「不思議の国のアリス」。

長女に着替えるように言って、自分は、昨日の夕食の皿洗いをしながら、残り物で朝食の準備。

木曜日は、「燃えるゴミ」の日なので、長女に朝食を食べさせながら、ゴミ出しも準備。

7時過ぎに長女を小学校に送り出した後、長男を起こして、一緒に朝食。洗濯機を回し始めながら、保育園に持って行く着替えを準備して、連絡帳を書きます。

「専業主夫生活」は、「ながら」の連続です。

8時半にゴミ出しをして、長男を保育園に送ります。次男の誕生を知っている先生方から、「おめでとうございます。」と声をかけられました。

保育園から帰って、妻に朝食を用意。妻が食事をする間、次男を抱っこしながらおしゃべり。昨日は、ゆっくり抱っこする時間が少なかったなので、嬉しい時間です。

その後、朝食の食器を洗いながら洗濯機を回し、ご飯を炊く準備をして、洗濯物干し。

「主夫」は、忙しい！

10時半頃、サエコ先生到着。私は、洗濯物干しが終わり、メールチェックです。

妻がサエコ先生に「おっぱいマッサージ」をしてもらっている間、約30分間、次男を抱っこ。腕の中でぐっすり眠る次男の寝顔をみていると、本当に幸せな気分になります。

「おっぱいマッサージ」が終わると、今度は、次男の沐浴の時間です。今日も、サエコ先生に入れてもらって気持ちよさそうにしています。

上がってきた次男の体を拭いて、おむつを着けてやろうとすると、結構泣かれてしまいました。そりゃ、お風呂の中の方が気持ちいいんでしょうけど……。



次男の「風呂上がりの一パイ」を待って、サエコ先生も一緒に昼食。

その後、次男の爪が一丁前に伸びているのを見つけて、切ってやることに。サエコ先生が、写真を撮ってくれました。



昼食の片付けをしてから、午前中にチェックした職場からのメールに返信。洗濯がある午前中に比べて、午後は少し時間の余裕があるので、返信メールを書く時間

ができるというわけです。

午後4時過ぎに長女が帰宅、一緒に長男の保育園にお迎えに。昨日の新聞記事を見た先生や保護者の方から声をかけられました。

園長先生は、「賛否両論あるんでしょうねえ」。

私が、「否もあるんですかね」と尋ねると、「そりゃあ、『公務員はいいねえ』という声はあるんじゃないの」とのこと。そんなものかなあ・・・と思いながら帰途につきます。

●夕飯で大失敗

帰ってきてから、2人におやつを食べさせ、夕飯の準備にかかります。

納豆の買い置きと、ネギがたくさんあったので、「納豆ねぎチャーハン」を作ってみようと思い立ちました。納豆を加熱したらパラパラになるというイメージがあったからです。

ところが・・・いぎ炒めてみると、パラパラどころかご飯と納豆がネバネバと絡み合って、まったく違うイメージのものに！大失敗に向かってまっしぐらです。

せめて味だけは調べようと、「らっきょうしょうゆ」^(註)と書かれたビンの液体を入れると、なんとビンの中身は「かりんシロップ」。ネバネバの物体に更に甘みが加わり、もう完全に失敗です。

(註) 我が家では、らっきょうを生醤油に漬け込んで食べています。これは、私が大分県庁に赴任した当初、「単身」だった頃に、らっきょうをビンに詰めて醤油をドボドボと注いで放っておいたところ、思いのほか美味しいらっきょう漬けができたので、以後、我が家の定番となったものですが、これは、漬けたらっきょうが美味しいだけではなく、漬けてあった醤油自体も、らっきょう風味の美味しい調味料になります。醤油漬けのらっきょうをみじん切りにしたものとらっきょう醤油で味付けした「らっきょう醤油パスタ」は、私が作る料理の中で子ども達の人気ナンバー1です。

最後の悪あがきで、粉と水を加えて、お好み焼きのように焼いてみましたが、とても晩ご飯にはなりません。あきらめて、ご飯とみそ汁と目玉焼きで、何とか夕食にしました。

ビンの表示を書き換えてなかったことについて、妻から謝られましたが、妻の「サザエさん」ぶりは今日に始まったことではないし(笑)、納豆チャーハンを考えた時点で失敗だったわけなので、いさぎよく(?) あきらめることにしました。

夕食の終わり頃、私をなぐさめるつもりか、妻と長女が「お好み焼き」を食べてみたいというので、焼いて食べてもらったところ、「おやつならいける」と意外と好評。私は「えーっ」と言いましたが、長女は、「明日のお弁当に入れてほしい」と言います。そこまで気を遣わなくていいのに、と思いながら、お弁当に入れることを約束しました。

そうです。明日は、今回の休暇中の家事の中での山場の1つ、「お弁当作り」が

待っているのです。

●裸で電話？！

妻が今日からシャワーはOKとのことで、先にお風呂に入ってもらうことにして、その間、次男を私が抱っこしていることにしました。

妻が上がった後、今度は私が長女と長男と一緒に風呂に入ろうとしますが、二人とも、半べそをかきながら「抱っこ～」とまとわりついてきて、なかなかはかどりません。

「赤ちゃんがえり」の一種なのか、お風呂の前のトイレに行かせようとしても「抱っこ～」、服を脱がせようとしても「抱っこ～」。これを2人から言われると、物理的にどうしようもないので、こちらも泣きたくてきます。

何とか2人の服を脱がせて、自分も入ろうとしていると、こんなときに限って、職員から仕事の電話が。こんなこともあろうかと、脱衣場に自宅電話の子機とケータイは持ってきていましたが、よりによって今かよ・・・と思いながら電話に出ます。「今よろしいですか？」と言われて、なかなか「ダメ」とは言えないもので(笑)、裸のまま受け答えして、電話を切りました。

お風呂が何とか終わり、長男にパジャマを着せて布団のところに行くと、先にお風呂から上がっていた長女は、既に眠っています。時計を見ると、夜9時半。いつもより遅くなってしまっています。長男も、本を読んでやっているうちに眠りに就き、私もそのまま一緒に寝てしまいました。

夜11時前、明日のお弁当のために、冷凍してある食材を冷凍庫から出しておかねば、と何とか起き出し、長女の明日着る服を用意。寝たいところを我慢して、メールチェックをして返事を書きます。

午前1時、改めて就寝。明日のお弁当作りは、大丈夫か・・・？！

<第4日 4月16日(金)>

●初めてのお弁当作り

5時過ぎに起床、お弁当作りのスタートです。

今回は、妻が産前に作り置きしておいてくれた食材を最大限活用して作ろうという算段です。

まず、解凍したおにぎりを、醤油を塗ってオーブントースターで焼いて焼きおにぎりにします。これはひとまず間違いなさそうです。

次に、解凍した茹でほうれん草は、練りゴマと醤油で和え物にしてみました。

我が家の子ども達は、練りゴマが大好きで、苦手な葉物野菜も練りゴマと和えると食べられます。本当は、白ゴマの練りゴマがあるとよかったです。見当たらなかったの、黒ゴマの練りゴマを使いました。案の定、見た目が悪くなってしま

いましたが、味の方は大丈夫。

次は、卵焼きです。昨日の「納豆チャーハン」のリベンジではありませんが、挽き割り納豆を入れてみることにしました。

溶いた卵に、挽き割り納豆と刻みネギ、それからお水とお塩を少し。この「水を入れる」というのは、ちょうど前日、食器を洗いながらつけていたTVで、「だし巻き卵の出汁の代わりに水を入れると、より卵の味が強調されて美味しい」と言っていたのを、早速、応用してみたというわけです。半信半疑でしたが、これがなかなか美味しくできました。

最後に、解凍した「ごぼうと豆の煮物」と昨夜の「失敗お好み焼き」を入れて、お弁当の完成です。

所要約1時間。妻の作り置きを使っても、これだけ時間がかかりました。

6時を過ぎたので、長女を起こします。すぐに長男も起きてきました。

お弁当を見せると、長女は大喜び。こちらも嬉しくなって思わず写真をパチリ。黒っぽい色のおかずが多く、見た目は悪いですが、記念すべきお弁当第1号です。



長女のお弁当を見て、長男も「お弁当ほしい」と言うので、別のお弁当箱に、おかずの余りを詰めて、朝ご飯に出してあげることにしました。

●「主夫」3日目は、ちょっと安定

長女を小学校に送り出した後、長男が「お弁当」を食べている間に、保育園の準備です。

食べ終わったのを見計らって、「さあ行こう」と言うと、行く前に「忍者すごろく」をしたいという返事。何でまた、と思いつつ、ここで無理矢理連れて行こうとすると却って長引くぞというのが経験則。急がば回れで、「じゃ、1回だけやろうね。」ということにしました（私の出勤時間があるわけではない）。

1回だけと言いながら、勝つまでやりたがるんだらうなあと覚悟していたら、運よく長男が勝利。機嫌よく保育園に行くことが出来ました。

保育園に行くと、給食の先生から、「佐藤さんは育休取るだろうってみんなで言っとなんよ」と言われて、照れ笑い。うちの保育園には、本格的(?)に「主夫」してるパパもいるし、私程度の「育児パパ」は当たり前なのですが・・・。

家に帰って、洗濯機を回しながら遅い朝ご飯を摂っていると、サエコ先生から電話。「今日は午後からって言っとなんけど、今から沐浴だけさせに行くけん」。あわてて準備をします。

妻の友人2人も遊びに来て、女4人で賑やかに話をして楽しそうです。

こちらは、昨日の洗濯物をたたんだり、洗濯機を回したり。

11時前、サエコ先生が帰って、妻は昼食を兼ねた遅い朝食。次男はいい子で寝ているので、食器を洗いながら、妻とおしゃべり。

12時前、おむつなどを手洗いしてから洗濯機に放り込み、回しながら、ご飯を炊いて昼食の準備、洗濯物を干し終わってから、13時過ぎに遅い昼食です。

その後、一段落したので、メールをチェックしましたが、お弁当作りの疲れが出たのか(?)、ちょっと居眠りしてしまいました。

15時過ぎに起きて、職場にメールを返信した後、夕食の準備にかかります。

今日の夕食のおかずは、「だいこんの煮物」です。

下準備をした後、長男を保育園に迎えに行き、その足で、小学校の帰りに友達の家遊びに行った長女を迎えて帰宅。

18時半には、夕食。今日は、スムーズです。

20時前に入浴して、就寝。

明日は土曜日、小学校がお休みなのでゆっくりできるなあと思いながら、眠りに就きました。

<第5日 4月17日(土)>

●今日はゆっくり・・・?

いつもより2時間近く遅い7時半過ぎに起床。

ふと見ると、目をぱっちり開けている次男の隣に朝寝坊する長男。ほほえましい光景です。



8時半過ぎに遅めの朝食。今日はゆっくりだなあと思っていましたが、長女の「書き方教室」があり、その後は「ピアノ教室」、おまけに「ピアノ教室」では自分のレッスンもあるということで(娘と一緒にピアノを習っていて、娘は毎週、私は月2回のレッスンがあるので)、やっぱり今日も忙しい!

朝食を済ませて、9時過ぎに長女を「書き方教室」に送り、家に戻って洗濯と食器洗い、また10時半過ぎに「書き方教室」に迎えに行き、その足で「ピアノ教室」まで送ります。いつもならそのまま一緒に教室にいて娘のレッスンを見るところですが、家事があるので、また家に戻って洗濯物干しと昼食準備、12時ちょっと前に「ピアノ教室」に行き、今度は自分のレッスンです。

先生には申し訳ありませんが、全然練習できていないので、30分程度で終わっ

てもらいました。

1 2時半過ぎに、昼食。

1 3時半過ぎには、サエコ先生が来てくれました。



長女は、サエコ先生と会うのは出産のとき以来になるので、サエコ先生のやることを興味深げに見ています。

1 5時過ぎ、近くに住む職員が、書類を届けてくれました。「お弁当のおかずになるかと思って」と、「いかなごのくぎ煮」の差し入れも一緒に持ってきてくれたので、どちらもありがたく（笑）頂きました。

今日は、夕方からアルゲリッチ音楽祭のプログラムの1つ「ピノキオコンサート」（子ども向けに入場無料で行う公開リハーサル）があるので、その前に夕食の準備をすることに。「きんぴらごぼう」に挑戦です。

これは、大体要領は分かっていたので、割とすんなりできました。

コンサートを聴くには年齢的にまだちょっと早い長男は家に置いて、長女と二人で自転車で「いいちこホール」に向かいます。

コンサート会場には、長女の同級生もちろほら来ていたようです。

前の席の子どもがちょっとうるさかったのですが、こういう子ども向けのコンサートでは仕方のないこと。久しぶりにオーケストラの演奏を聴いて満足です。

● Tさん家族訪問

コンサート会場から家に帰ると、「これからTさんが家族で来てくれるって」とのこと。急いで夕食の準備を整えて、1 8時半前に夕食を済ませます。

Tさんは、たくさん撮ってくれた写真を整理して、アルバムを作ってくれていました。

写真を撮ってくれただけでも、本当に貴重な記録としてありがたいことなのに、出産時の記録や（何せ助産師さんですから、専門用語を使って、本格的な記録をつけてくれました）その日の家族の発言なども入れ込んだアルバムを作ってくれたのでした。

（そのアルバムを見て驚いたことには、次男が生まれたその日、長女は「今度は妹がほしい」とTさんに言っていたのでした（!）。）

Tさんの小1の娘さんは、生まれた日にもちょっとだけ抱っこした次男を、改めて抱っこしたかったようです。次男に泣かれてしまって、どうしようという表情で

したが、きっと何かを感じてくれたことと思います。



1時間ほどしてTさん一家が帰り、こちらも寝る準備です。

お風呂に入れて、子ども達に絵本を読み聞かせ。寝るつもりはなかったのですが、一緒に寝てしまいました。

22時過ぎに起きて、改めてゆっくり一杯。でも、テレビを見ながら飲んでいるうち、また居眠りしてしまいました。

夕食の食器はそのままに、24時過ぎに就寝。

今日もいろいろあった一日でした。

<第6日 4月18日(日)>

●たまには息抜き・・・？

今日もお休みなので朝はゆっくりしようと思っていましたが、妻と次男がごそごそしている気配で6時頃に起床。次男をあずかり、妻にはシャワーを浴びてもらいます（この「抱っこタイム」が至福の時間）。

お風呂から上がった妻に次男を預け、「主夫」スタート。

前日の食器を洗って、朝食準備。洗濯機も回し始めます。

8時頃、家族揃っての朝食。平日は、どうしてもバラバラの時間に食べることになってしまうので、休日ならではです。

朝食の後、洗濯機を回しながら、食器洗い。今日は、長女も外出の予定がないので、家事に専念できます。

洗濯が一段落した後、今日は時間があると踏んで、ずっと「早く調理しなきゃ」と思っていた里芋の皮むきをします（我が家では、農家から野菜を宅配してもらっているのですが、少し前に届いていた里芋が残っているのが気になっていたのです）。お昼の味噌汁の具と夕食のおかずの煮物にしようという算段です。

そうこうしていると、次男がふとんでうんち。汚れたシーツを洗うため、追加で洗濯機を回します。

次男の誕生以来、家事に追われている私を見かねてか、妻が、「今日のお昼は、息抜きにラーメンでも食べに行ったら。」と言ってくれました。

子ども達も大喜び（私も、もちろん）。

妻の昼食の準備をして、久しぶりにお気に入りのつけ麺屋さんに行きます。

もともとラーメン好きな上、母乳に良い食事をと玄米ご飯にお味噌汁を基本とした食事が続いていたので、ことさら美味しく感じました。

ただ、子ども達と外食すれば（特にラーメン屋さんなんかに行けば）、動き回ったり、食べこぼしたり、何だかんだで手がかかります。あまり息抜きにはならなかったというのが正直なところです。

●手形・足形・血液型

家に帰ってから、追加の洗濯物を干して、夕食の準備を少し。里芋の煮物のほかに、先日好評だったきんぴらごぼうを再登板させる予定です。

15時過ぎにサエコ先生到着。今日が「産後訪問」の5日目、最終日です。

今日は、次男の足形・手形を取ることに、血液型を調べるという2つの大きな「イベント」があります。

足形を取るのは比較的簡単で、足の裏に朱肉をつけて、紙に押しつければOKなのですが、手形を取るのは結構大変。というのも、赤ちゃんは手のひらに何かに触れると、反射的に握ろうとするので、手のひらを広げたままにしておくこと、ましてそこに朱肉をつけることは、簡単にはできません。次男にはちょっとかわいそうな感じでしたが、サエコ先生と2人で半ば無理矢理、何とか手形を取ることに成功しました。



沐浴で手足を洗った後、次は、血液型調べ。

実は、長男も妻の実家での「自宅出産」だったため、まだ血液型を調べていません。そこで、2人まとめて調べてもらうことにしました。

次男のかかとにちょっと針を刺して血液を少しだけ絞り出し、試験紙につけて検査します。結果は、A型。私と一緒にです。

次は、長男。慎重な性格から見て、きっとA型だろうと思っていたら、案の定。我が家は、男3人A型ということになりました

サエコ先生の産後5日間の訪問検診も今日で終わり。この6日間、本当によくしてくれて、心から感謝です。

今日は、夕食前にお風呂に入ることにして、19時過ぎに夕食。

きんぴらごぼうと里芋の煮物をみんな美味しいと食べてくれました。



もうお風呂は済んでいるので、夕食後、少しゆっくりしたら就寝です。

まず、長男がふとんに。長女は、日記を書くのと明日の学校の準備で少し遅れてふとんに入ります。

2人がそろったところで、読み聞かせ。私も、そのまま一緒に寝てしまいました。

23時頃に一度起きて、メールチェックやら何やら。25時頃、改めて就寝。

<第7日 4月19日(月)>

●授業参観、PTA

5:40に起床、今日も前日の食器洗いから家事がスタート。

今日は、午後から小学校の授業参観とPTAがあるので、午前中に家事を済ませる必要がありますが、そんな日に限って雨模様、洗濯物を部屋に干すことに。除湿器が大活躍です。

何とか予定の家事を済ませて、雨の中、小学校に向かいます。

14時から授業参観。今日は、さんすうの授業です。

テーマは、「数を分かりやすく伝える」。集団をグループに分けるとか、グラフにするとか、どうやったら分かりやすく人に伝えられるかを考えさせる授業です。

具体的には、自分たちが育てているチューリップのことを1年生に教えてあげるとしたら、どんな風に教えてあげますか、という設定。

小学校2年生がどんな風に考えるのだろうかと思って見ていましたが、なかなかどうして、子どもたちの発想や気付きには感心させられるばかり。子どもたちからそれを引き出す先生の術もすばらしいです。

途中、職場からケイタイに電話。資料を家に届けるので見てほしいとのこと。

授業が終わって、次は、PTAの学年集会。

最初に、今年の入学式での2年生たちの様子をビデオで観せてもらいましたが、1年間の成長にちょっと感動。先生からは、「仲間と助け合って目標を達成する力をつけさせたい」という話があり、そんな風に育てようとしてくれていることを、ありがたいなあと思いました。

学年集会の後は、PTAのクラス集会。先生から、「佐藤さんのところに赤ちゃんが生まれて、今日は、育児休暇を取ったお父さんが来て来てくれます。」と紹介されました。確かに、PTAの集会に出席していた父親は私一人でしたが、先ほどの授業参観には、私の他にも2人お父さんが来ていて(いずれもご夫婦で来られてい

た様子)、私としては、「母親が出産で来られない」という理由があって出席している私より、日常の一コマの中で授業参観に来ているパパの方がエライよなあと思ったりしました。

学校から家に帰ると、郵便受けに分厚い封筒が。先ほどの電話の資料です。開封せずにひとまず置いておいて、すぐに長男を保育園に迎えに行きます。

今日も、夕食前に入浴を済ませてしまおうとしますが、長男は、なぜかなかなかお風呂に入りたがりません。なだめすかしてようやく入ったお風呂では、洗髪で苦戦。自分でシャンプーを出して洗うのは楽しいらしいのですが、シャンプーを流すときに頭に水をかけられるのが嫌で、泣いて抵抗します。最初は、チョロチョロと加減して流してやっていましたが、全然はかどらないので、最後はザバーっと流してしまいました(笑)。案の定、大泣きしましたが、上がる頃にはケロッとしました。

今日からは、次男の沐浴も私の仕事。私の入浴のついでに沐浴させましたが、4年ぶりのことでこちらがぎこちなかったのか、結構泣かれてしまいました(サエコ先生のおときは、あんなに気持ちよさそうだったのに・・・)。



夕食の後、20時過ぎから絵本の読み聞かせ。
職場からもらった分厚い封筒は、明日、早起きして目を通すことにして、午前3時に目覚ましをかけ、子どもと一緒に就寝しました。

<第8日 4月20日(火)>

●早起きは三文の・・・?

午前3時過ぎに起床。まだ脳が目を目覚めさない中、昨日届けられた分厚い封筒の資料に順に目を通し始めます。

ところが、10分も読んでいないうちに、長男が目を目覚ましてきました。仕方がないので、一緒に布団に戻って寝かしつけます。幸い、すぐに寝付いてくれたので、また居間に戻って、資料を読み始めます。

1時間くらい経ったところで、今度は、長女が起きてきました。

このまま起きている、と言うので、「不思議の国のアリス」を読んでやることに。読み終えて、パジャマから着替えましたが、さすがに4時半起きでは早過ぎたようで、そのままヒーターの前で寝てしまいました。

引き続き、書類に目を通して、ようやく5時半に一通り読み終わりましたので、書類に目を通した旨を職場にメール。朝9時ごろに電話すると約束。

6時前、長男が今度はほんとに目を覚ましました。「絵本読んでえ。みんなのうた見せてえ」と言うので、絵本を読んだ後、眠ってしまった長女もテレビの前のソファに運んで、録画してあったNHK教育「みんなのうた」を見せます。

長女は、早起きしすぎたせいか、「眠い、具合が悪い」と言うので、朝食の準備ができるまで寝ているように言って、朝食の準備に取り掛かります。

準備ができたところで長女に朝食を食べさせますが、やはり具合が悪いのか、自分から熱を計りたいというので、体温計を渡してやると、36度7分。大丈夫と励まして、学校に行くよう促します。

雨の中、長女を小学校に送り出し、今度は、長男の保育園準備です。

先週は、なかなか保育園に行きたがらなかった長男ですが、今日は、機嫌よく保育園に行くつもりになっています。

8時ころ、長男を保育園に送っていきませんが、雨のせいか車が混んでいました。

8時40分ころ、家に帰着。今日は、カン・瓶のゴミ出しの日です。

9時ころ、妻と一緒に朝食を摂り、約束通り、職場に電話しようとしていると、子ども達が「ばあば」と慕っている県内の知人から出産のお祝いの電話が。その電話の後、職場に電話して、朝方目を通した資料の件で30分近く話をしました。

その後は、ひたすら家事（洗濯、食器洗い、昼食準備）。

今日は、雨なので、布おむつを干す場所に苦労します。

●忘れてた！出生届

昼食後、家事が一段落したところで、市役所に出生届を出しに行きました。

出生前から名前を決めていたこともあって、「いつでも出せる」と安心していただけ、家事に追われているうちに、出生届を出すのを忘れていたのです。

13時過ぎ（昼休み過ぎ）の市役所の窓口はすいていて、短時間で終わりました。

せっかく外出したついでに、買い出しをして帰宅。

15時過ぎには、長女が帰宅したので、一緒に長男を保育園に迎えに行き、気になっていた虫歯の治療のために歯医者連れて行きます。

前歯にあった小さな虫歯を治療しましたが、いい子に治療を受けていて、ちょっと感心（自分は、極端に歯医者が嫌いな子だったので）。

その後、長女が県立図書館に忘れ物をしたかもということで、県立図書館へ。私がカウンターに行こうと思いましたが、試しに長女に自分で話すよう促してみると、自分でカウンターに行って事情を話して帰ってきました。落とし物としては届いてなかったのですが、名前と電話番号を紙に書いてきたとのこと。これまたちょっと感心。なお、忘れ物をしたと思っていた図書袋は、翌日、学校の机で発見されました（笑）。

17時過ぎに帰宅、夕食作りにとりかかります。今日は、明後日の長女の遠足のお弁当の予行演習を兼ねて、ゴボウの握り揚げに挑戦です。

「ささがき」が最初うまくいきませんでした。そのうち慣れてきて、いい感じになってきました。揚げるのも、最初は焦がしましたが、2回目からはうまくいきました。我ながら上出来。

自分たちだけでお風呂に入ってくれた子供たちは、夕食を待つ間、次男とのふれあいタイム。ホントに弟のことがかわいくて仕方がない様子です。



こちらもほどなく夕食の準備を終え、夕食タイム。自信作のゴボウの握り揚げは、子どもたちに大好評です。



夕食後、次男を沐浴させます。今日は、自分のお風呂のついでではなく服を着ているので、妻が「今日は、写真撮れるね」とデジカメを持ってきます。長男、長女は、お父さんのことが心配なのか（笑）、興味津々で見守っています。「みんなのときだってやってたんだから」とか言いながら、手際よく(?)洗ってやると、今日は昨日のように泣きません。面目躍如。



20時過ぎ、子どもたちを寝かしつけ。自分は寝ないつもりでしたが、結局寝てしまいました。

23時過ぎに起き出して、入浴。その後、メールをチェックして、職場からのものには、返信。就寝したのは、26時前でした。

<第9日 4月21日(水)>

●忘れ物の多い日

5:30に起床。玄米をといで圧力鍋をコンロにかけ、沸騰するまでの間に、昨

日の夕食の食器洗い、沸騰後、弱火にしてタイマーをかけたところで、長女を起こします。我ながら、無駄のないスムーズな流れ。

長女に「不思議の国のアリス」を読んであげた後、着替えさせ、朝食の準備をしていると、長男も起きだしてきました。一旦家事の手を止めて、長男にも絵本を読んでやり、顔を洗わせ、食卓に連れて行って2人に朝食を食べさせます。昨日の夜作っておいた「大根葉のふりかけ」が大好評。

長女を送り出した後、妻が起きてきたので一緒に朝食。

8時を過ぎ、長男を保育園に連れて行く準備をしますが、今日は家に居たいと行きたがりません。なだめすかしてようやく連れ出しましたが、抱きかかえて車に乗せるときに靴を忘れてきたことに保育園に着いてから気づき、家に取りに戻ります。再度連れて行った保育園で、長男に「パパがいい（パパと一緒に居たい）」と泣かれ、一瞬、連れて帰ろうかと思いましたが、保育園の先生に「大丈夫ですよ。」と言われて、任せて帰ることに。

家に帰って、洗濯と食器洗い。今日は、曇ってはいますが、日中は雨が降らないようなので、洗濯物を軒下に干すことにしました。汚れたオムツを入れておくバケツに洗濯物がたまっているのを手洗いして洗濯機へ。朝食の食器を片付けながら、「家事って、ホントに『洗う』ことに手間と時間がかかるなあ」と思いました。たった一週間で、ちょっと手荒れが・・・。

お昼前にメールチェックをして、職場からのメールには返信。

昼食の後、最後の洗濯物を干していると、妻が写真を撮りに来ました。確かに、洗濯物（ましてオムツ）を干している姿を写真に撮られることは、こんなとき（育児休暇のとき）くらいしかないでしょう（笑）。



余談ですが、以前、田舎に帰っているときに、家でやっているのと同じつもりで洗濯物干しを手伝おうとしたら、母から、「ご近所から、『久しぶりに帰ってきた息子に洗濯物を干させて』って言われちゃうからやめて」と言われました。年配の人の感覚は、

そんなところかもしれませんね。

洗濯物干しが終わったところで、用事を済ませに少し外出。雨を心配して車で行きましたが、某デパートでは、ほんの短時間で駐車料金200円を取られて、ちょっとショック（笑）。地下の食品売り場で買った豆腐より高いじゃん！とすっかり主婦感覚です。

14時過ぎに帰宅すると、雨がぱらぱら降ってきたので、洗濯物を室内に。昼食の洗い物をしてから、メールチェック。

16時過ぎに長女が帰宅。今日は「書き方教室」の日なので、すぐに送っていきましたが、もうすぐ着くというところで「かばん忘れた」とのことで、Uターン。「かばんも持たずに、何しに行くつもりなん？」と責めたくなるのをぐっところえて、我慢、我慢。

長女を書き方教室に送った足で、長男を保育園に迎えに行くと、先生が「あの後（大泣きした後）、『家に電話して』と言うので、電話したふりして、『早く迎えに来てくれるって言っとったけん』って言ってありますので（笑）。」と教えてくれました。

帰りの車の中、「今日の給食何やったん？」と聞くと、「さかながおいしかったんやけど、きのこ（のおかずを）全部食べんとおかわりできんけん、おかわりできなかった。」とのこと。そうかそうかと聞きながら、長女を書き方教室に迎えに行くまでの時間を使って、買い物に。長男と長女に新しい傘を買ってやると、長男は「あした保育園に差していく」と大喜び。明日の朝は、ぐずらずに保育園に行けそう。

帰宅してすぐに夕食の準備。今日は、先日の長崎物産展で買った皿うどん。基本的に「野菜炒め」の要領なので簡単です。子どもたちのお風呂が時間かかったので、厚揚げをフライパンで焼いて、ごま油を混ぜた味噌をのせた一品を追加しました。

長男は、最初「パリパリ（麺）だけがいい」と言っていたのですが、おかわりのときは、「野菜かけて〜」。野菜を食べてくれるとうれしくなります。

20時頃、子ども達を寝かせようとしませんが、なかなか思うようにいかず、結局、21時前になってしまいました。

ようやく寝かしつけた後、次男の沐浴。今日も、ほとんど泣きませんでした。お互い(?)、少し慣れてきたということでしょうか。

入浴の後、夕食の食器を洗い、明日のお弁当の確認。

明日は早起きするので早く寝ようと思いましたが、メールチェックしたところ、職場から「宿題」が。それを処理して、25時に就寝。

<第10日 4月22日(木)>

●今日も雨降り・・・

5時に起床して、長女のお弁当作りです。今日のメインは、先日の夕食で試作済みの「ごぼうの握り揚げ」。ささがきも手慣れたもの(?)です。

6時前、さあいよいよ揚げようかというところで、長男が起きてきました。ここで「絵本読んで」と言われると困るなあと思っていると、親の気持ちを察したのか、今日は言いません。やれやれとコンロに火を入れたところで「うんちー」。トイレ

まで連れて行き、長男がうんちをしている間に1回目を揚げます。朝は、1分1秒が貴重。

6時20分ころ、お弁当完成。ちょうど長女も起きてきました。前回のお弁当より、ちょっと進歩したと自画自賛して、写真を撮りました。



6時半過ぎ、妻も起きてきたので、4人そろっての朝食。

7時過ぎに長女を送り出しますが、今日は、大雨。「遠足」なのに……。でも、昨日買った傘を差してごきげんで出て行きました。

7時半過ぎ、懸念していたとおり、長男が「今日も保育園休みたいなあ」と言い出しましたが、「昨日買った傘、差して行かんでいいん？長靴はいて、傘差して行ったら？」と言うと、「長靴はいて、か～ささ～してー」と歌いながら玄関へ。新品の傘の効果てきめん。

無事に長男を保育園に送り届け、8時過ぎに帰宅。お茶を飲んで、少しだけゆっくりした後、洗濯スタート。今日も部屋干しなのが、ちょっと憂鬱。

10時前、妻の友達2人が遊びに来ました。たくさんおしゃべり。いい気分転換になりそうです。よほど楽しかったのか、正午過ぎまでおしゃべりは続きました。

●久しぶりの掃除

昼食の後、久しぶりに掃除に取りかかります。明日の朝、大阪から義母がフェリーで応援に来てくれるのに、この散らかりようでは……。でも、掃除って、どうしても炊事・洗濯に比べて後回しになってしまうんですね。日頃は、ほこりが目に付くと「掃除くらいちゃんとしろよ」と思ってしまうのですが、「主夫生活」をしてみると、なかなか掃除まで手が回らない、というのが実感です。

16時過ぎ、長女が帰宅。「お弁当おいしかった～」とは言ってくれませんでした（笑）、きれいに食べてくれていたので、一安心です。

17時半過ぎに長男を保育園にお迎えに。ちょうど紙芝居を読んでもらっていたので、終わるのを待って、帰宅。

長女と長男はお風呂に、自分は夕食の準備。午前中訪ねてくれた妻の友達から頂いたきんぴらごぼうと、妻が産前に調理して冷凍してあった「はまち大根」を解凍して食卓に並べて済ませることに。子ども達が上がった後、次男を沐浴させ、自分も入浴して、みんな揃っての夕食。

今日は、いつもより早く、20時過ぎには子ども達と布団に入りました。朝が早

かったせいか、子供たちに本を読んでやっている途中、眠くて自分が寝てしまいました。

<第11日 4月23日(金)>

●「主夫」お役ご免

4時に起床。今朝は、6時前に義母がフェリーで大分港に到着します。長女は、昨日の「遠足」に引き続いて、今日も「お弁当日」ですが、長旅で到着する義母に、来るなりお弁当を作ってもらうわけにはいかないので、迎えに行く前にお弁当を作っておかなければなりません。

今日のお弁当は、長女のリクエストにより、「にんじんとキャベツの炒め物」がメイン。



これは、「ごぼうの握り揚げ」に比べれば難易度が低いので、寝坊さえしなければ、余裕です。5時半までにお弁当を作り終え、長女と長男を起こして、義母を迎えに行きます。

6時過ぎ、義母と一緒に帰宅、簡単に朝食の準備をして、妻と一緒に5人で朝食です。

義母は、「大変だったでしょう」とねぎらってくれました。「ええ、ホントに」と軽口をたたいてみましたが、実際、「これで『家事漬け』の日々から解放される」と内心ホッとしたものです。

7時過ぎ、長女を小学校に送り出し、その後、長男を保育園に送って帰ってくるど、「台所の主」は、私から義母にバトンタッチという感じになりました。

では洗濯は私の役目、と思って取りかかりますが、不思議なもので（というか考えてみれば当たり前ですが）、台所のことをやってくれる人が別に居ると、あまり段取りを考えなくても困らないんですねえ。工夫する必要がないというか……。

洗濯機を回している間、手が空いたりするので、その時間は、次男を抱っこすることにしました。

10日も経つと、生まれたばかりの頃と比べて、ずいぶん顔立ちがしっかりしてきました。まじまじと見ると、ひいき目なしに、かなりハンサムです（やっぱり「親バカ」？）。



ソファに座って、太ももの上に次男を乗せ、「お前はハンサムだなあ」と言いながら、上からパチリ。

後日談になりますが、この「ハンサム」な顔が、3ヶ月後には、ムチムチぷくぷくの「お相撲さん」になりました。

た。本当に、この時期の赤ちゃんは、どんどん顔が変わっていきます。そのときそのときが、本当に貴重な一瞬です。

洗濯が終わると、何となく「お役ご免」といった感じになって、のんびりゆっくり、逆に手持ち無沙汰になってしまいました。

この「お役ご免」な感じ、実は、ちょっと寂しい感じもしたりして・・・。

<おわりに>

●「幸せ」って・・・？

確かに、「家事漬け」の10日間ではありましたが、毎日の達成感・充実感もあったわけで、それはつまり、自分がこの家を支えてるといふか、妻と子ども達をまさに「喰わしてる」といふか・・・この確かな手応え、仕事ではそうそう得られるものではありません（?!）。

この原稿を途中段階で読んだ妻は、「幸せな10日間ってタイトルだけど、ひたすら家事をしていた様子ばかりで、読んだ人は『どこが幸せ?』って思うんじゃない?」と言っていました。生まれたばかりの子どもを抱っこすることだけが幸せではなくて（これはもちろん「この上ない幸せ」ですが）、家族のために役に立っているという手応えのある毎日は、幸せな日々と言うべきものだと私は思います。

一方、誤解を恐れずに言えば、仮に「家事」を一切しなくてもいいから（例えば、近くに住む親が助けてくれる場合などで、「あんたが休まなくてもいいよ（何の役にも立たないから）」と言われても）、男性の皆さんには、是非「育児休暇」を取ってもらいたいと思います。

私自身、第2子ときは、里帰り出産している妻の実家での「育児休暇」で、家事はほとんどしていませんでしたが、生まれたばかりの赤ちゃんとの触れ合い、上の子とゆっくり過ごす時間というのは、何にも代えがたい貴重な時間でした。

家事をすることで家族の役に立つにしろ、家事をせずに赤ちゃんとの濃密な時間を過ごすことにしろ、「育児休暇」は、妻や子どものために取るというより、自分自身のためにとるべきだ、というのが私の結論です（私のように「10日間」であれば、収入の減を心配する必要もありません）。

次の2枚の写真は、今回の育児休暇の少し後、GW中に撮ったものですが、弟と一緒に写っている長女・長男の幸せそうな顔を見てください。こんな子どもたちの表情を目の当たりにできるとしたら、これに勝る「幸せ」はないと思いませんか。



●最後に妻から

以前から洗濯や育児をかなり手助けしてくれる夫ではありますが、この育児休暇10日間で、夫の家事能力（特に台所仕事）は格段にアップしました。そのおかげで、私の気持ちもとても楽になりました。

赤ちゃんがいる家族5人の暮らしは、毎日がまさに「時間との闘い」ですが、家族が、いい意味で「歯車」みたいに助け合いながら、なんとか日々すすんでいます。

たとえば朝。ちょうど長女が朝食をとって登校する時間には、たいてい次男は授乳タイム。私が布団から出られずにいても、夫が娘に朝食を食べさせてくれ、私は安心していられます。しかも、前夜に添い寝しながらの授乳で寝込んでしまったまま、朝ごはんのお味噌汁も作れていないようなときでも、夫が台所ですぐにそれを察してお味噌汁を作って出してくれたりするのです。

また、夕方からは、特に「歯車タイム」。

娘の習い事と保育園のお迎えから帰った後は、お風呂→夕飯→歯磨き（並行して授乳や台所の片づけ）→絵本読み聞かせ→消灯と、夜8時半ごろまでに子どもたちを布団に入らせるために、ただでさえ分刻みの慌ただしさ。そこに、授乳タイムがはさまったり、赤ちゃんが寝つけずにぐずぐずと泣きはじめたりするのでもう大変です。

あらかじめ習い事に行く前に長女がお風呂を洗ってくれていたり、長女がお風呂から先に上がって次男をお風呂から受け取って服を着せ、私が体の温まるまでお風呂に入っているようにしてくれたり、夫が夕飯を盛り付けて食卓を準備してくれたり、と、「歯車」が噛み合っただけで動くおかげで、なんとかみんなでほっとして笑顔で「いただきまーす！」です。

日中、授乳やらでおかずに一品少なくても、どんなに粗食でも、以前は「悪いな」と思いながらその理由をうまく説明できなかったのが、今では夫も赤ちゃんとの生活の時間感覚を肌で理解してくれているので「今日はなかなか寝てくれなくて、夕方までにこれ作るだけでやっとだった・・・」なんていう状況も軽く話すだけで察してくれ、以前よりもっと深いものを家族みんなで共有できている幸せ感があります。今はまだ幼い4歳の長男も、家族が助け合う雰囲気を感じ取って、きっと彼

なりに頑張ってくれていると思います。

この10日間は、家族5人だけの、本当に穏やかな幸せな時間でした。

私が幸せで穏やかだったので、産後の肥立ちもよくお乳も順調。次男はニコニコ機嫌のよい赤ちゃんに育ってくれているし、上の子たちもほがらかです。

夫の育児休暇取得にご理解とご協力を下さったみなさんに心から感謝申し上げます。そして、パパの育児休暇取得が当たり前になり、幸せな家族が増えますように。長い記録を最後まで読んでくださり、ありがとうございました。(妻)